

休日急患当番医

- 救急患者に限ります。■当番時間：午前9時～午後5時
 - 往診は原則としてしません。●電話相談は受け付けません。
 - 都合により医療機関が変更になる場合があります。
- 詳しくは、所沢市医師会ホームページをご覧ください。

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
5月3日(祝)	太田胃腸科外科クリニック	内・消・胃・外・肛・泌	小手指町3-24-5	2948-1231
	賀古整形外科	整・外・リハ・形	北秋津124-1	2924-9771
	所沢メディカルクリニック	内・循・小	中富南2-21-7	2943-1581
5月4日(祝)	けやき内科	内・循・消・小・皮	並木3-1-7-102	2995-2299
	小手指整形外科	整・リウ・外・リハ	小手指元町3-2-31	2947-3321
5月5日(祝)	石塚クリニック	内・胃・外・理	上新井110-2	2925-9955
	うえむらクリニック	内・小・リハ・皮	御幸町5-15	2923-2921
5月6日(休)	島内科医院	内・胃	北中3-60-9	2926-0080
	横山医院	胃・外・整・肛・理	東所沢和田3-4-24	2944-9360
5月10日(日)	ひろせクリニック	内・アレ・リウ・小・消・循	緑町2-14-7	2920-2111
	スマイル皮膚科	皮・形成外	西所沢1-12-3 さいとうビル4F	2939-1213
	所沢腎クリニック	内・泌	下安松1564-1	2945-6600
5月17日(日)	航空公園西口内科	内	喜多町4-8	2925-8000
	航空公園クリニック	精・神・神内・心内	喜多町5-13/パークサイドビル2F	2928-6265
	豊川医院	内・消・循・リウ・リハ	小手指町3-22-12	2948-1122
5月24日(日)	マツバクリニック	内・外・リハ	松葉町8-7	2995-5131
	すえのぶ皮フ科・形成外科	皮・外・形・泌	日吉町11-17 第一西村ビル2F	2922-3724
	星の宮クリニック	内・小・胃・循	星の宮1-3-29	2921-3877
5月31日(日)	むくのきクリニック	内・循	くすのき台1-12-10 第三西村ビルB1F	2993-1015
	原眼科医院	眼	緑町4-6-3	2939-8321
	はらだクリニック	内・小・呼・消・胃・循・放	東所沢3-9-13	2945-8769

小児科休日・夜間診療

市民医療センター
上安松1224-1
☎2992-1151

事業名	日時等
日曜日急患診療	▶とき：5月3日(祝)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、31日(日) ▶受付時間：午前10：00～11：30、午後2：00～4：30 ◎休診する場合があります。
夜間診療	▶受付時間：月～金曜日…午後7：30～10：15、土・日曜日・祝休日…午後6：00～8：45 ◎休診する場合があります。
深夜帯初期救急	▶実施日：毎週月・水・金曜日 ▶時間：小児夜間診療終了後～翌日午前8：30まで ◎緊急の場合のみご利用ください。

休日緊急歯科診療

歯科診療所おおぞら
(保健センター内)
上安松1224-1
☎2995-1171

事業名	日時等
休日緊急歯科診療	▶とき：5月3日(祝)、4日(祝)、5日(祝)、6日(休)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、31日(日) ▶受付時間：午前9：00～11：30 ◎診療日は変更になる場合があります。

小児科医療相談

お子さんの健康に関する相談にお答えします。相談は郵便やEメールで随時受け付けています。

あて先 〒359-0025上安松1224-1 市民医療センター・小児科相談係
Eメールアドレス yamachan@tokorozawa-iryuu-center.jp
※土・日曜日・祝休日や休前日の相談回答は、休み明けになります。

埼玉県小児救急電話相談

子どもの急病時に家庭での対処方法などの相談に応じます。

電話 #8000または、☎048-833-7922

相談時間 月～土曜日/午後7時～11時
日曜日、祝休日/午前9時～午後11時

休日夜間病院案内

(24時間) ☎2922-9292

埼玉県救急医療情報案内

(24時間) ☎048-824-4199



お医者さんの上手なかかり方

【かかりつけ医を見つけましょう】

かかりつけ医とは、日常的な診療や健康管理をしてくれる身近なお医者さんのことです。健康について一緒に考えてくれる、自分に合ったお医者さんを近所に見つけて長く付き合い、健康管理の心強い味方になってもらいましょう。

見つけるポイントは、▶話をしっかり聞いてくれて気軽に相談ができる▶病気や治療・薬などについてわかりやすく説明してくれる▶必要に応じて適切な専門医を紹介してくれるなどです。

【かかりつけ医のメリット】

- 病状や病歴、健康状態を把握しているの、いざというときすぐに対応してくれる
- 比較的待ち時間が短く、受診の手続きが簡単でじっくり診療してくれる
- 入院や検査が必要な場合などに、適切な病院診療科を紹介してくれる
- 日常の健康管理(食事面など)のアドバイスをしてくれる



【診療所と病院の役割の違い】

病気のはきは、まず診療所(ベット数19床以下、または無床)などのかかりつけ医に受診しましょう。そして、精密検査やより高度な治療が必要になったときは、かかりつけ医に適切な病院を紹介してもらいましょう。紹介状なしに大病院(200床以上)に行くと▶初診料に特別料金(自費)がかかる▶待ち時間が長い▶専門的な高度医療のために診療費が割高になる▶病院が混雑して、高度医療を必要とする患者が治療をすぐに受けられない▶主治医がいつも同じとは限らないなどがあります。

【診察を受ける前に】

- 診療時間を電話で確認し、緊急時以外は時間外や休日は避ける
- 健康保険証を持参する
- 脱ぎやすい服装にする
- 顔色の確認がしやすいように化粧やマニキュアはしない
- 不安や疑問は整理してメモをとっておく



【診察を受けるときに】

- 自己診断はせずに、いつから・どこが・どのような症状なのかを具体的に簡潔に伝える
- 過去の病気や体質(アレルギーなど)、服用中の薬を伝える
- 隠し事をしないで話す
- わからないことは質問する
- 薬や注射などは、医師の判断で使用されるので、過剰な要求はしない
- 短時間の診察時には自分のことを客観的に伝えられないこともあるので、お子さんや高齢・重症な方だけでなく、そのような場合には家族の方などに同行してもらう

これらのことに気をつけて、医師の指示を守りましょう。また、同じ病気で次から次へと医療機関を変えると、そのたびに初診料や検査料がかかるばかりでなく、病気を悪化させたり、薬が重複したりする危険もあります。かかりつけ医の診察や治療に納得がいかなければ、率直に相談して、ほかの医療機関を紹介してもらいましょう。

【かかりつけ薬局も強い味方】

- 医薬品について、医師と薬剤師の二重チェックにより、副作用などの危険を防ぐことができる
 - 複数の医療機関の処方や、診療科目の違う処方による多様な薬でも、薬剤師から一度に細かく服用アドバイスがもらえ、薬の重複があった場合には、過剰な服薬を避けることができる
- ◎お薬手帳に、処方された薬の内容や効能、副作用などについて記録しておく、過去の薬の記録からどのような症状のときにどんな薬が処方されたのかを知ることができます。

保健センターでは、さまざまな健康に関する相談を行っています。お気軽にご相談ください。

問い合わせ 保健センター成人保健課(☎2991-1811・FAX2995-1178)

編集後記

この春、満開の桜のもと新生活をスタートさせた方もたくさんいるでしょうね▶広報紙もご覧のとおりカラー印刷になり、新たなスタートです。市民カメラマンの活躍がますます楽しみになりました▶市民カメラマン募集中!(13ページ参照)ご応募お待ちしております。(♥)



その電話の声、本物ですか? 振り込み詐欺被害が増加中! ご注意ください。

所沢警察署